

<<心态改变一生全集>>

图书基本信息

书名：<<心态改变一生全集>>

13位ISBN编号：9787506481946

10位ISBN编号：7506481944

出版时间：2012-7

出版时间：中国纺织出版社

作者：田伟

页数：288

字数：285000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<心态改变一生全集>>

### 内容概要

有什么样的心态，就有什么样的人生。  
不同的心态，便会有不同的人生选择；修炼心态，便能创造出完美的人生。

本书用精练的文字对心态进行充满哲思的精辟分析，同时又融入了大量事实，有针对性地提出如何跨越不良心态的藩篱，培养积极心态的方法，并从人际、婚姻、健康，工作等方面全面阐释良好的心态对人生成功的重大意义，帮助读者修炼积极乐观的心态，应对人生的一切艰难险阻，改变人生的现状，创造崭新的生活，真正成为主宰自己命运的主人。

<<心态改变一生全集>>

书籍目录

第1章 魅力心态：开启幸福人生的阳光

心态决定命运

心态是命运的骑手

积极心态带来好命运

积极心态是开启财富之门的金钥匙

幸福人生源于美好心态

幸福就在你身边

用美好的期盼加大幸福的内存

把不幸当做幸福的起点

幸福女人的幸福心态

美丽心灵是吸引幸福的磁场

让心永远年轻

给予是一种快乐

卓越男人的魅力心态

珍惜现在

用自尊自爱之心照亮人生

用热情的心拥抱生活

心态决定你的人生高度

要使积极勤奋成为习惯

良好的心态是走向成功的基石

你的态度决定你的成败

一切成就始于积极的心态

做心态的主人

用积极的心态点燃成功的圣火

每天进步一点点

用自信添加成功的资本

永不满足

用卓越的心态扬帆起航

执著于你的目标

自我激励是成功的强大助推器

自助者天助之

注重细节成大事

用超级心态抵达成功的彼岸

敢为天下先

善于与人合作

坚毅刚强才能成大事

要有坚韧的意志

从跌倒的地方勇敢站起来

第2章 突破心障：跨越不良心态的藩篱

比任何事物更能击败人类--恐惧心态

恐惧来自内心

征服生命中的恐惧

战胜恐惧的良方

杞人忧天的负担--忧虑心态

忧虑是人生最丑陋的皱纹

<<心态改变一生全集>>

让忧虑到此为止

这也不行，那也不行--自卑心态

自卑是一种可怕的消极心态

别让自卑成为拖累

别说自己没有机会

.....

第3章 境由心造：轻拂心态的智慧风铃

第4章 人脉心态：好心态织就强势交际网络

第5章 工作心态：好心态是纵横职场最核心的竞争力

第6章 婚恋心态：好心态点燃激情

第7章 领导心态：好心态打造卓越领导力

第8章 健康心态：心态健康身体才能健康

## &lt;&lt;心态改变一生全集&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：有这样一则故事：“宋有富人，天雨墙坏。

其子曰：‘不筑，必将有盗。

’其邻人之父亦云。

暮而果大亡其财，其家甚智其子，而疑邻人之父。

”这就是众所周知的“智子疑邻”的故事。

由此看出，猜疑使友善被曲解为恶意，好心被认为是歹心，扭曲了事情的本来面目。

猜疑，就是无中生有地起疑心，对人对事不放心，小心过甚。

有了猜疑之心，对待朋友，看待事物，就不能从客观实际出发，进行合乎逻辑的判断、推理，而是凭借一点表面现象，主观臆断，随意夸大，进而扭曲事物，得出一个不切实际的结论，或者先入为主，先设框框，然后察言观色，甚至无中生有，把幻觉当真，把一些毫无关系的现象也当做事实材料，生拉硬拽来当做证据。

猜疑使人际交往中本来小小的疙瘩发展成长期的不和，自古以来不知有多少人因为猜疑疏远了朋友，中断了友谊，猜疑实在是害己又殃人。

猜疑使人失去公正的态度。

正像上面引用的“智子疑邻”的故事，同样是忠诚的劝告，富人对儿子称赞，因为亲近，忠告便显得聪明；和邻人之父非亲非故，结果“信而被疑，忠而被谤”，显然失去了公正的态度。

猜疑危及国家安全。

历史上，君臣相互猜疑则天下就会动乱。

因而贤明的君主和精明的大臣，都把猜疑视为相处的一大祸害加以避免。

三国时期的诸葛亮，一向被认为是一个精明能干且能选贤任能的人，但他也有偏颇之处，就是过于明察，反生疑人之心，对人不信任，大事小事无不亲自过问，出将入相，茕茕子立。

诸葛亮对受降之将魏延始终用而不信，怀疑他有反叛之心，致使军事上失去“股肱”之助。

诸葛亮死后，又发生魏延的冤案，蜀汉元气大伤，造成“蜀中无大将，廖化作先锋”的不利局面。

猜疑是自己折磨自己。

杯弓蛇影的典故就是很好的例证。

弓影投映在盛酒的杯中，好像小蛇在游动，饮者以为真的把“蛇”吞下去了，越想越恶心，结果害得自己重病一场。

这才是天下本无事，庸人自疑之，疑心太重，到头来自讨苦吃。

对别人无端地猜疑，貌似无端，实则有端，猜疑源于褊狭的私心。

“以小人之心，度君子之腹”，疑心太重的人，总怕别人争夺自己所爱、所求、所得，怕别人损害自己的利益，终日疑神疑鬼，顾虑重重，你对别人不放心，别人能对你坚信不疑吗？

虽说防人之心不可无，但是时时提防、处处疑心，还会有知心朋友吗？

“疑人偷斧”的故事妇孺皆知。

那位丢斧子的人，在没有弄清事实真相之前，总是怀疑别人偷了他的斧子，且怎么看怎么像，连吃饭走路说话办事都像个小偷儿。

当他找到斧子之后，才知道自己怀疑错了。

其实，在生活中，大家恐怕也遇见过类似的情况：你走进办公室，大家议论的话题突然终止；你的爱人陪你去瞧病，大夫和他（她）单独说了几句话，可回来后你却发现他（她）什么也不对你说；你的上级忽然三天没训斥你了……碰到这些事情，你心里是不是开始犯嘀咕？

是不是觉得别人有什么事情瞒着自己？

如果你不否认有这种可能，你有没有想过，这更可能只是你的多疑？

每个人都有多疑的时候，疑心是人在社会生活中保护自己和预防性保护自己的正常心理活动，但疑心的程度却有轻重，过于疑心和过于敏感却是不正常的现象了。

## <<心态改变一生全集>>

### 媒体关注与评论

心态若改变，态度跟着改变；态度改变，习惯跟着改变；习惯改变，性格跟着改变；性格改变，人生就跟着改变。

——著名心理学家 马斯洛 态度决定成败，无论情况好坏，都要抱着积极的态度，莫让沮丧取代热心。

生命可以价值极高，也可以一无是处，随你怎么去选择。

——吉格斯 差不多任何一种处境——无论是好是坏——都受到我们对待处境的态度的影响。

——古罗马哲学家西尼加 人生无法改变，人生的所有意义在于你的赋予。

所谓赋予人生某种意义，就是以某种心态和情绪去面对它而已。

因此，改变心态就等于改变你对周围事物反应的方式，进而影响你人生抉择的各个层面。

——哲学家、社会活动家 萨特

<<心态改变一生全集>>

编辑推荐

<<心态改变一生全集>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>